

Тараканова. Т.А. /Савельева И.Г.



Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 107
/Доля Г.В./

МЕНЮ
1 июля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,4	4,2	10	69	0
ТТК	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	1,8	2,4	17	134	0
ТТК	040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	2,8	13,6	77	0
Итого			360	8,4	9,4	40,6	280	0
II Завтрак								
ТТК	9.1.2.2	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	95	0,4	0,3	9,8	45	0
Итого			95	0,4	0,3	9,8	45	0
Обед								
ТТК	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, сметана 15% жирности, говядина б/к)	180	3,3	4,2	10,5	140	0
ТТК	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудка птицы (филе), масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая)	180	7,8	11,3	23,3	157	0
ТТК	045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,4	0,1	16	67	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
ТТК	ТТК№ -13	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	40	0,2		1,2	6	3,98
Итого			620	14,6	16,4	69,8	463	3,98
Уплотненный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	20	3,3	0,9	0,2	16	0
ТТК	128	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (морковь, кабачки, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	110	1,7	2,5	8,5	65	6,3
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	5,9	12,8	36	293	0
ТТК	035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,1		5,9	17	0
Итого			350	12,4	16,4	59,1	432	6,3
Всего				35,8	42,5	179,3	1220	10,28

Повар

Тараканова. Т.А. /Савельева И.Г.



Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 107
/Доля Г.В./

МЕНЮ
2 июля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутрентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	130	3,1	2,6	11,6	117	0
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы, соль йодированная)	40	0,8	1,5	2	19	0
ТТК	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	1,3	1,2	20	82	0
Итого			380	8,4	9,4	40,6	280	0
II Завтрак								
2012	9.1.5.2	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			95	1,4	0,5	20	92	9,5
Обед								
2008	30	*САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, огурцы соленные, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, вода питьевая)	40	0,4	2,9	2,2	37	0
ТТК	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), лавровый лист, бройлеры (цыплята) 1 категории, сметана 15% жирности)	180	3,3	3,7	2,5	78	0
ТТК	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	60	5,9	7,4	4,5	81	0
ТТК	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	2,1	1,8	20,4	95	0
ТТК	042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,1	0,1	22,7	105	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			620	14,7	16,7	71,1	489	0
Уплотненный Полдник								
ТТК	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, ванилин)	130	4,2	8,3	21,6	175	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,5	4,8	9,1	102	0
ТТК	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			330	11,2	13,7	41	329	0
Всего				35,7	40,3	172,7	1190	9,5

Повар  Тараканова. Т.А. /Савельева И.Г.

Тараканова. Т.А. /Савельева И.Г.

Тараканова. Т.А. /Савельева И.Г.